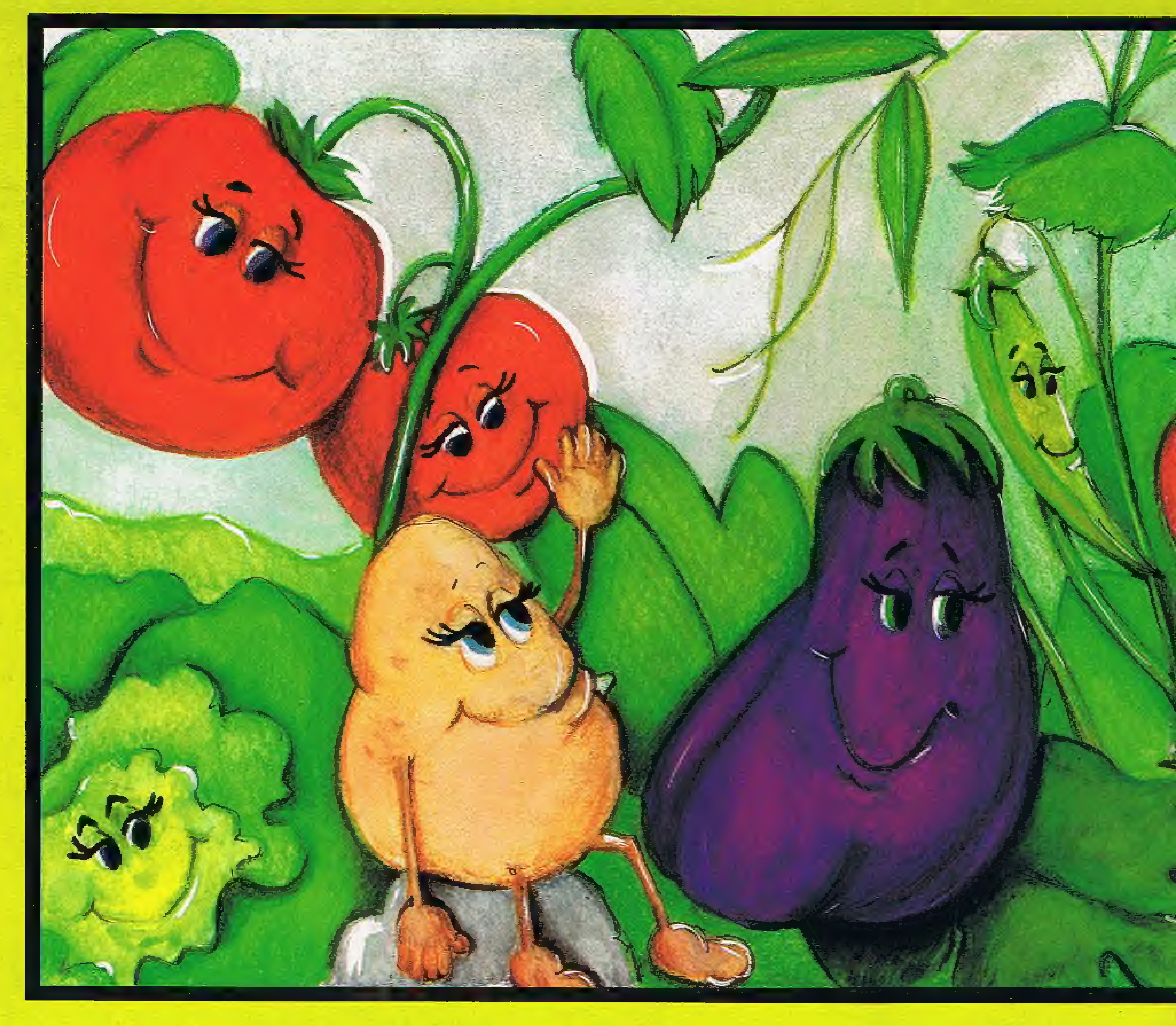
من أقاصيص الطبيعة ١٠

الخضروات



MEDLEVANT ميدليفانت



ما هي أقاصيص الطبيعة ؟
وكيف نفيد منها الفائدة المرجوّة ؟

هذه سلسلة من الكُتَيِّبات العلمية المتكاملة ، أعدّت خصيصاً للأطفال ما بين السابعة والثانية عشرة من العمر ، وغايتُها تقديم المادّة العلمية إليهم بلُغَةٍ قَصَصِيَّة شيِّقة ، مشفوعة برسوم ملوّنة جميلة ؛ مما يحبّب إليهم هذه المادة العلمية ، ويجعلهم يتقبّلونها بقَبول حَسَن . .

وتتناول هذه السلسلة علومَ الحياة والعلومَ الطبيعية العامة ، بحيث تؤلف ، شيئاً فشيئاً ، مكتبةً للطفل غنيّةً ، يتعلّم فيها بكل يُسْرٍ خصائصَ صُنُوفٍ من الحيوان والنبات ، وغير ذلك مما هو مسخَّر للبشر من طاقات الطبيعة ، وفوائدها جميعاً للانسان .

كما تقصد هذه السلسلة كذلك إلى إغناء لغة الطفل ، بحيث يبلغ نهاية السلسلة وقد اكتَسَب أكثر من ألفَيْ كلمة جديدة تعبّر عن خمسمئة فكرة أو مفهوم على الأقلّ ، وبذلك يزداد رصيده اللغوي والفكري ويتعمّق .

يقصّ كل كتاب على الطفل قصّةَ حيٍّ من الأحياء ، أو مظهر من مظاهر الطبيعة ، بأسلوب محبّب جذّاب ، ثم ينتهي بصفحة أو صفحتين تحويان نصاً علمياً بحتاً عن موضوع الكتيّب نفسه ، موجهاً إلى أولياء الطفل ومعلّميه ، كما تحويان تفسيراً موجزاً لأهم الكلمات أو العبارات الغريبة .

ولا يتمّ التوصّل إلى الفائدة المرجوّة من السلسلة ، إلا بمعونة الأولياء أو المعلّمين ، وذلك بإقامة حوار مع الطفل بعد قراءته للقصة . ويتناول هذا الحوار الإجابة على أسئلة الطفل التي ستكون — بلا شك — كثيرة متعدّدة ، بالاضافة إلى توجيه أسئلة للطفل للتأكد من تعلّم الطفل للمفردات والأفكار الجديدة ، والتحقّق من استيعابه للمعلومات العلمية التي تلخّصها الأسئلة المدرجة في نهاية الكرّاس العملي .

وبهذا التكامل يكون الطفل في أواخر مرحلته الابتدائية من التعليم وأوائل مرحلته الإعدادية ، قد استوعب جزءاً مهماً من المادة العلمية التي يدرسها في مقررات العلوم العامة وعلوم الأحياء .

راجع النص: الدكتور محمد هيثم الخياط
Edited by: M.H. Khayat
Author: M. Dawson
Illustrator: D. Casoni

ISBN 88 - 7674 - 051 - 1

Corso Elvezia 4
CH - 6900 Lugano, Switzerland

First published 1983 الطبعة الأولى
Reprinted 1985 الطبعة الثانية
Reprinted 1986 الطبعة الثالثة

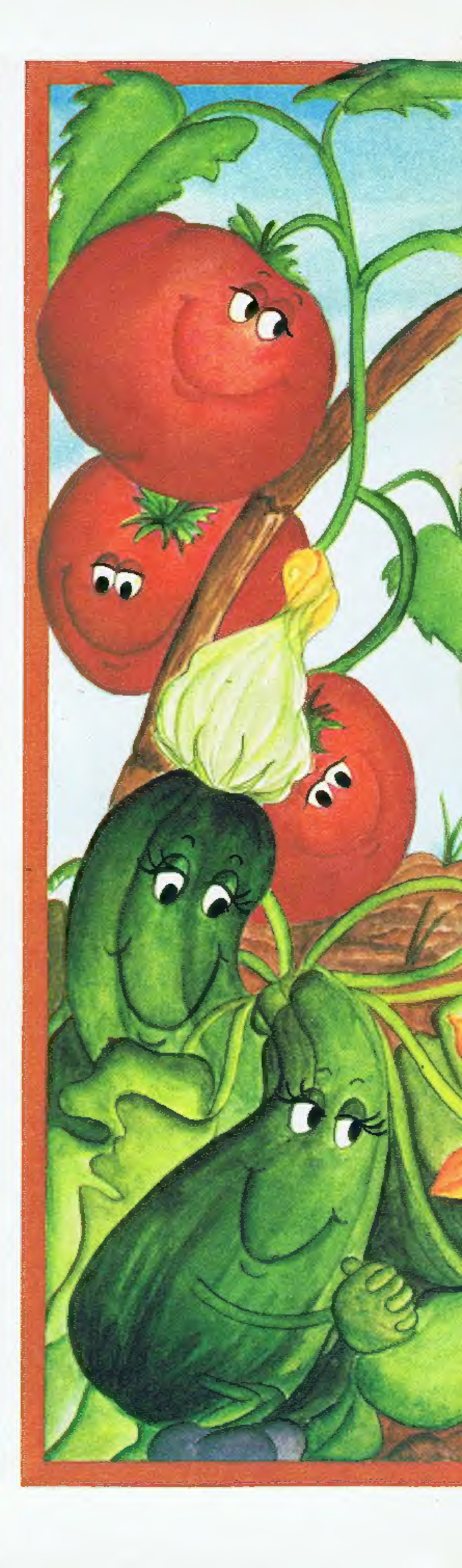
الخضْرَوات





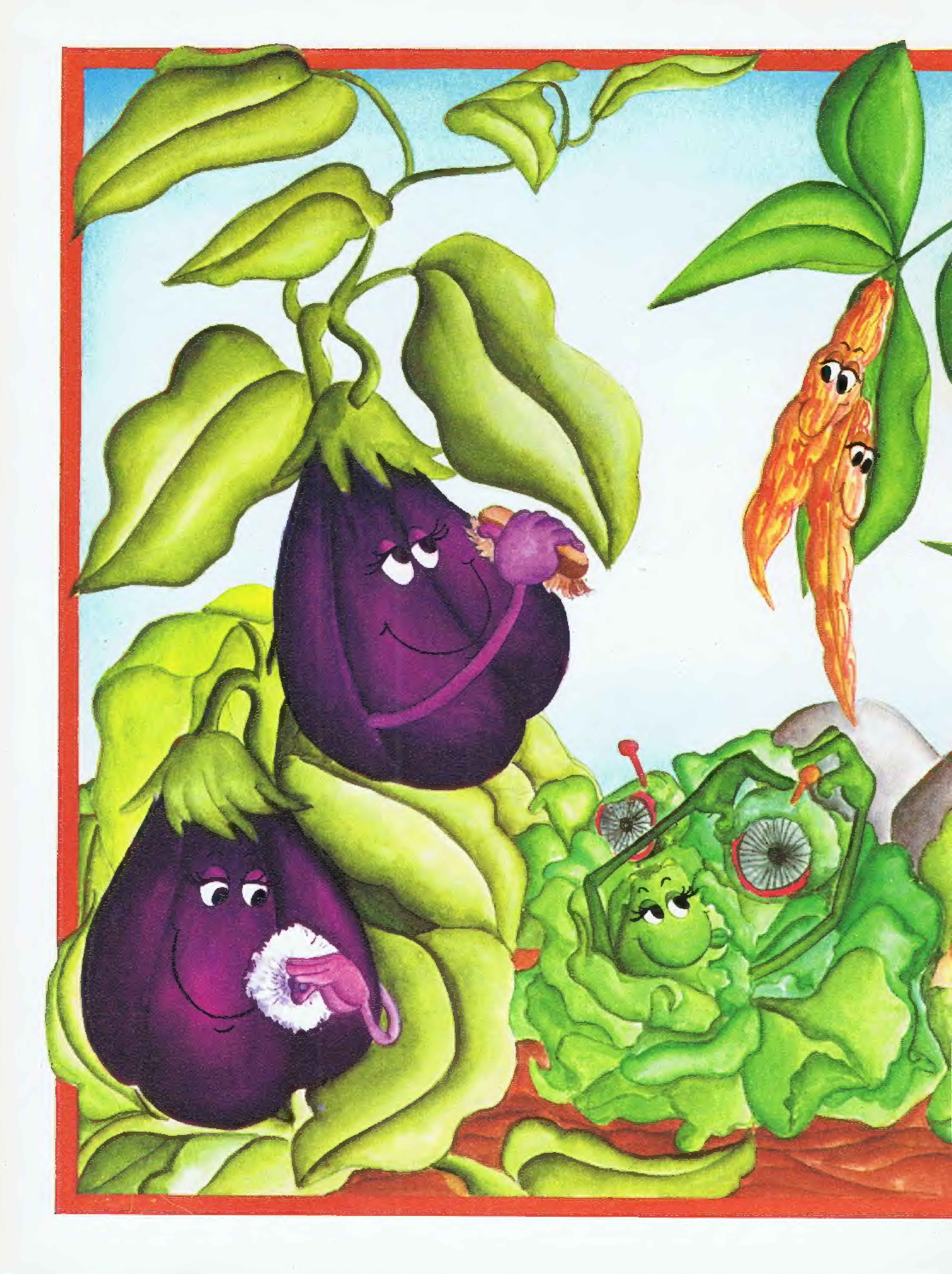
كَانَ «القُنَّبِيطُ» مَزْهُوّاً بِنَفْسِهِ مُعْجَباً بِهَا ؛ فَقَدِ انْتَخَبُوه مَسْؤُولاً عَنْ تَنْظِيمِ مَهْرَجَانِ الخُضَرِ هٰذا العَامَ ، وَقَدْ أَفْلَحَ فِي إِقْنَاعِ فِرْقَةِ «الفُلَيْفِلَةِ» المُوْسِيقِيَّةِ المَشْهُورَةِ بالعَزْفِ فِي الحَفْلِ.. وَهَا هُوَ يَتَلَقَّىٰ مِنْهَا رِسَالَةً بالمُوَافَقَةِ عَلىٰ الحُضُور .

تَمَايَلَتِ «البَازِلّاءُ» و «الطَّمَاطِمُ» طَرَباً ، بينما رَاحَتِ «الكُوسَىٰ» تَخْتَلِسُ النَظَراتِ مِنْ فَوْقِ كَتِفِ «القُنَّبِيطِ» لِتَقْرَأَ الخَبَرَ السَّعِيدَ .



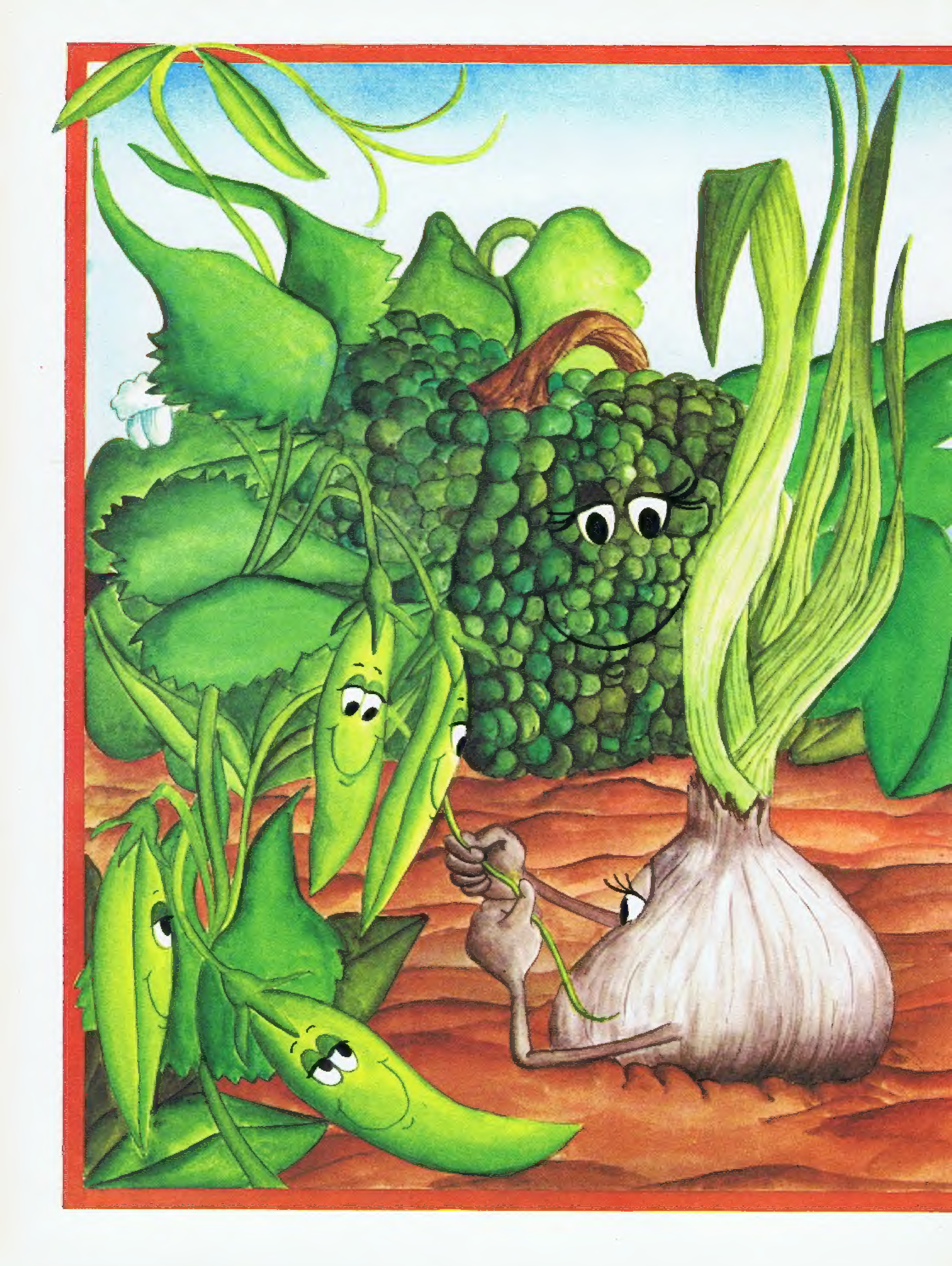


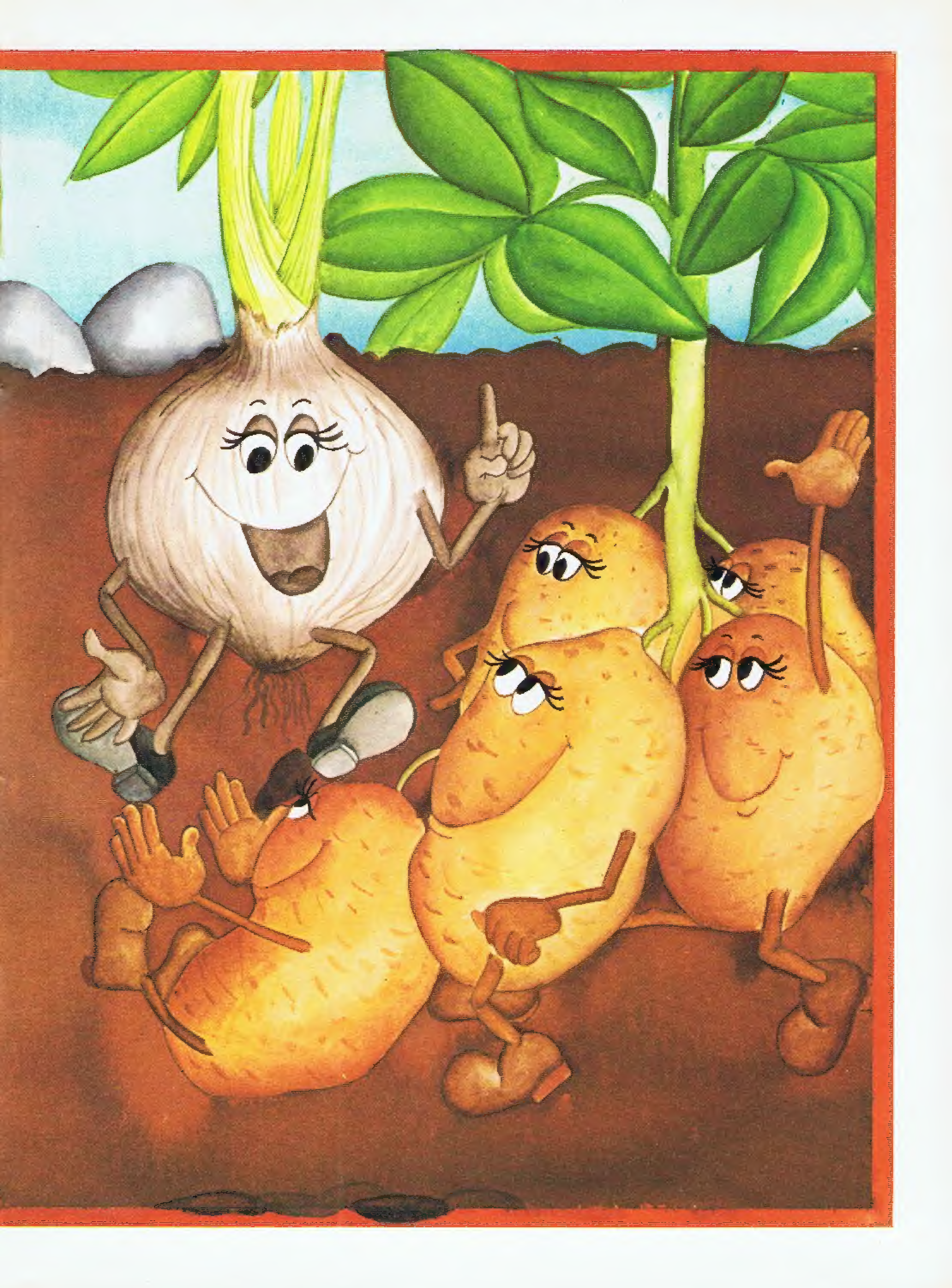
وَمَا إِنْ ذَاعَ الخَبَرُ فِي ٱلبُسْتَانِ حَتّىٰ عَمَّتِ الفَرْحَةُ وَالنَّشَاطُ، وأَخَذَتِ الخَضْرَاوَاتُ تَسْتَعِدُّ لِلْحَفْلِ: فَهَا هُوَ «البَاذِنْجَانُ» يَعْمَلُ فِي جِلْدِهِ فَرْكاً وَتَنْظِيفاً كَيْ يَزِيدَ مِنْ لَمَعَانِهِ .. وَهَا هِيَ قُرُونُ «اللُّوبِيَاءِ» تَتَعَرَّضُ لِأَشِعَّةِ الشَّمْسِ لِتَزِيدَ رَوْنَقَ لَوْنِهَا الأَخْضَرِ وَيَكْبَرَ حَجْمُهَا؛ بَيْنَمَا زَهَتْ أَوْرَاقُ «الخَسِّ» وَالْتَفَّتْ حَوْلَ لُبِّ «الخَسَّةِ» الغَضِّ المُنْتَفِخِ، تُحِيطُهُ بِكُلِّ مَظَاهِرِ العَطْفِ وَالحَنَانِ ..





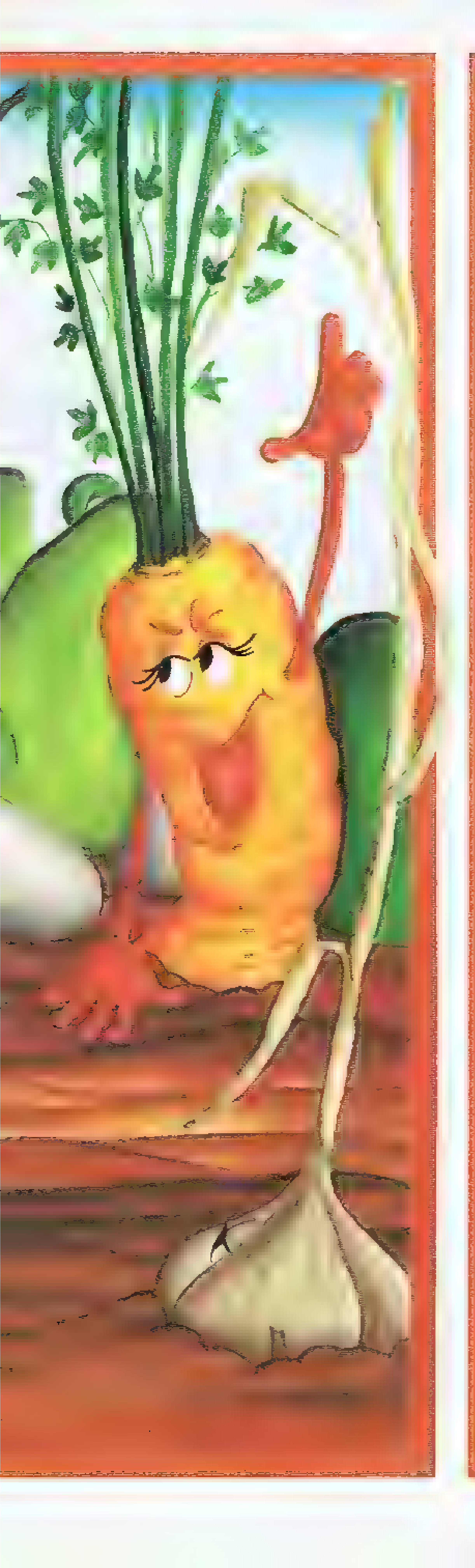
بَرَزَ «البَصَلُ» مِنْ تَحْتِ التُّرَابِ ومَدَّ عُنُقَهُ الأَخْضَر وَجَعَلَ يَسْتَطْلِعُ سَبَبَ كُلِّ هٰذا العِيَـاطِ .. فَانْدَفَـعَ الجَمِيعُ يَتَحَدثُّونَ إِلَيْهِ مَعاً فِي وَقْتٍ وَاحِدٍ ! ضَحِكَتِ «الكُوْسَىٰ» قَائِلَةً : اكْفُفْنَ عن الحَدِيثِ دَفْعَةً وَاحِدَةً فَإِنَّهُ لَا يَفْهَمُ كَلِمةً مِمّا تَقُلْنَ .. وَاتْرُكْنَ الأَمْرَ لِي . ثُمَّ الْتَفَـتَتْ إِلـىٰ البَصَلِ تُخَاطِبُـه : «إِذْهَبْ وأَخْبِـرْ جَمَاعَةَ «الجُذُورِ الدَّرَنِيَّـة» بأَنَّ فِرْقَــةَ «الفُلَيْفِلَـــةِ» المُوسِيقِيَّةَ سَتَحْضُرُ حَفْلَنَا اللَّيْلَةَ ، ثُمَّ تَوَلَّ عَنْهُمْ فَانْظُرْ ماذَا يَرْجَعُونَ ..»





سُرَّ « البَصَلُ » لِأَنَّهُ أَصْبَحَ بَشِيرَ هٰذِهِ الأَخْبَارِ الطَّيِّبَةِ ، وَنَادَىٰ فِي قَوْمِهِ يَسْتَعْجِلُهُمْ أَنْ يُعِدُّوْا لِلْحَفْلِ مَا ٱسْتَطَاعُوْا مِنْ عُدَّةٍ .. أَمَّا دَرَنَاتُ « البَطَاطَةِ » فَقَدْ طَارَتْ فَرَحاً عِنْدَمَا وَصَلَهَا النَّبَأُ ، بَيْنَمَا بَدَا « الثُّوْمُ » نَضِراً وَمُنْتَفِخاً وَعَبِقَتْ مِنْهُ رَائِحَتُهُ المَعْرُوفَةُ . أَمّا « الجزَرُ » فَكَانَ ـ عَلَى عَادَتِهِ ـ سَيِّءَ الخُلُق ، هُمَزَةً لُمَزَةً ، يُؤْذِي ٱلجَمِيعَ وَيَغْتَابُهُمْ ، وَلَا يَسْلَمُ مِنْ شَرِّهِ أَحَدٌ !



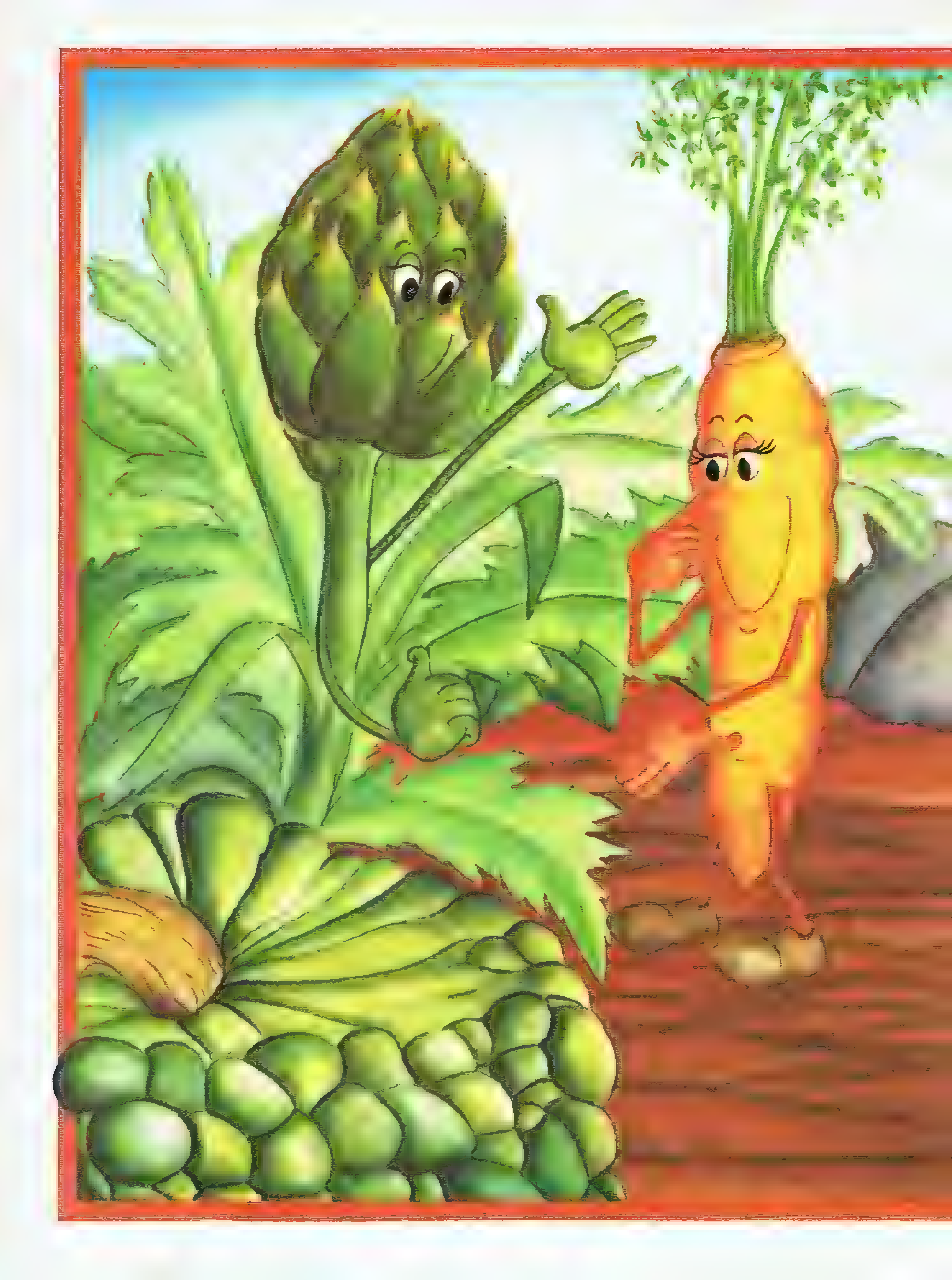


قَالَ مُغَاضِبَاً : «أَمَا كَانَ يَحْسُنُ بِهِمْ أَنْ يُرْسِلُوْا إِلَىٰ كُلٍّ مِنَّا دَعْوَةً شَخْصِيَّةً ، بَدَلَ هٰذَا المُنَادِيْ.. أَمْ إِنَّهُمْ لا يُفَكِّرُون فِينَا نَحْنُ القَابِعِينَ تَحْتَ التُّرابِ !! سَأُسْمِعُهَا الآنَ رَأيِي فِيهَا : تِلْكَ النَّبَاتَاتُ الأُخْرَىٰ ذَاتُ السُّوقِ وَالأَوْرَاقِ آلتِيْ تَلْقَىٰ دَائِمَاً كُلَّ العِنَايَةِ وَالتَّكْرِيمِ !!» .. وَقَبْلَ أَنْ يَسْتَطِيعَ أَحَدٌ مَنْعَهُ مِنْ ذٰلِكَ ، مَدَّ أَنْفَهُ مِنْ تَحْتِ التُرَابِ وَأَخَذَ يُرْغِي وَيُزْبِدُ وَيَتَفَاخَرُ بِنَفْسِهِ .





كَانَ الجَميعُ قَدْ سَمِعُوا مِرَاراً مِنْ قَبْـلُ حَدِيثَ « الجَزَرِ » عَنْ نَفْسِهِ . فَقَدْ كَانَ يَتَبَاهَى بِمَا يَحْتَوِيهِ مِنْ فِيتَامِينـاتٍ ، وَبِشَأْنِـهِ فِي المُحَافَظَةِ عَلَى سَلامَةِ الجِلْدِ وَالشَّعْرِ وتَقْوِيَةِ البَصَرِ . وَلِهٰذا سَارَعَ « الحَرْشَفُ » إِلىٰ نُصْحِهِ قَائِـلاً : « أَيُّهَـا الجَـزَرُ الصَّدِيقُ ! إِنَّ كُلَّ فَرْدٍ مِنّا مَدْعُوٌّ إِلىٰ الحَفْـلِ ، فَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنّـاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الأَرْضِ مَرَحاً .. إِنَّ اللهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُور !





.. لَنْ يَمْضِيَ وَقْتٌ طَوِيلٌ حَتَّىٰ نُغَادِرَ الحَدِيقَةَ وَيَذْهَبَ كُلٌّ مِنَّا فِي طَرِيقِهِ ؛ فَلِمَ لَا نَسْتَمْتِعُ بِهٰذا الحَفْلِ الوَدَاعِيّ ؟ وَلِمَ لا نَعْفُوْ وَنَصْفَحُ ؟ وَلِمَ لَا يُحِبُّ كُلٌّ مِنّا لِأَخِيْهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ ؟



قَدْ لا نَلْتَقِيْ إِلَّا فِي سُوْقِ الخُضَارِ حَيْثُ نُوْزَنُ وَنُبَاعُ..أَوْ فِي وِعَاءٍ مِنْ حِسَاءِ الخُضَرِ.. يَغْلي عَلى النَّارِ.. وَقَدْ نَفْتَرِقُ فَلَا نَلْتَقِيْ أَبَداً.. فَمَا أَجْمَلَ أَنْ نَتَفَرَّقَ عَلى خَيْرٍ!



قَالَتْ خِيَارَةٌ صَغِيْرَةٌ : «أَمّا نَحنُ فَلَنْ نَفْتَرِقَ أَبَداً
سَنُحْشَرُ مَعاً فِي مَرْطَبَانٍ مِنْ مُخَلَّلِ الخِيَارِ الشَّهِيّ» .
وَقَالَتِ الطَمَاطِمُ : «وَنَحْنُ سَنُحْفَظُ فِي عُلَبٍ وَنُسَافِرُ
إِلىٰ جَمِيعِ أَنْحَاءِ العَالَمِ» .



وَالْتَفَتَتِ البَازِلَاءُ والفُولُ والبَاذِنْجَانُ وَهِيَ تَقُولُ: «فِي بَعْضِ البُلْدَانِ يَقُومُ النَّاسُ بِتَجْمِيدِنَا فِي دَرَجَةٍ مُنْخَفِضَةٍ جِدّاً مِنَ الحَرَارَةِ . إِنَّنَا بِالطَّبْعِ نَشْعُرُ بِالبَرْدِ وَلكِنَّنَا بِهٰذِهِ الطَّرِيقَةِ نَعِيشُ طَوِيلاً» .



وَهُنَا وَقَفَتْ «قِثَّاءَةٌ» خَضْرَاءُ كَبِيرَةٌ وَقَطَعَتْ عَلَى الجَمِيع الحَدِيثَ قَائِلَةً: «كَفَانَا أَحْلَامَاً، فَالحَفْلُ عَلَى وَشْكِ الابْتِدَاءِ».

وَسَرْعَانَ ما تَقَاطَرَ أَفْرَادُ فِرْقَةِ «الفُلَيْفِلَةِ» المُوسِيقِيَّةِ بِأَلْبِسَتِهِنَّ الحَمْرَاءِ والخَضْرَاءِ والصَّفْرَاءِ وَأَخَذْنَ يَعْزِفْنَ أَعْذَبَ الأَنْغَامِ.

وَتَمَايَلَتْ الخَضْرَوَاتُ كُلُّهَا ٱحْتِفَاءً بالمَوْسِمِ الخَصِيْبِ.



النَّبَاتَات

نشأت زراعة الخضار مذ هجر الانسان حياة البداوة والتنقل واستقر ولجأ إلى الزراعة. ولهذا فهي تعود إلى ماقبل حوالي عشرة آلاف سنة.

خلال هذه الفترة الطويلة تعلّم الانسان أن يختار لزراعته أفضل الحبوب والنباتات وتلك التي تكفل له أحسن المواسم وأكثرها استقراراً. ثم تعلّم أيضاً كيف يهجّن بين أجناسها المختلفة وبالتالي كيف يحسّن في أنواعها.

تحتاج النباتات لنموها إلى عدة عناصر. فهي تحتاج إلى أشعة الشمس للقيام بعملية ضرورية جداً لتخزين الغذاء تدعى التركيب الضوئي. وعن طريق هذه العملية، يتحول ثاني أكسيد الكربون والماء إلى سكرٍ، يُخْتَزَن في النبات في صور مختلفة، ويعتمد عليه الانسان والحيوان لغذائهما. وتتم عملية التركيب الضوئي بوجود مادة كيميائية تعطي الأوراق لونها الأخضر هي اليخضور (الكلوروفيل).
وتحتاج النباتات أيضاً إلى توافر كميات من الاملاح المعدنية في التربة. وأهم هذه الاملاح: البوتاسيوم والكلسيوم والفسفور والمغنزيوم والكبريت والحديد إلى جانب أملاح عديدة أخرى أقل شأناً. وعندما تفتقر التربة إلى الأملاح المعدنية تضاف هذه المواد إليها على صورة أسمدة جامدة أو سائلة.

النباتات غذاء رئيسي للانسان. فنحن نتغذى ببذورها، وثمارها، وأزهارها، وسوقها، وأوراقها، وجذورها. فالبذور هي من أهم العناصر المغذية في النباتات. وهل تخلو وقعة من وقعاتنا من بذور أحد النباتات؟ ألا نأكل الرز والقمح والذرة والفاصولياء والبازلاء إلى مالا حصر له؟ ان اعتماد الانسان على البذور في غذائه قديم جداً. إذ تَبَيَّن أن الهنود الحمر في البيرو قد زرعوا الفاصولياء منذ سبعة آلاف سنة.

إن العديد من الخضار هي من حيث التصنيف ثمار. فالطماطم (البندورة) والخيار والباذنجان والكوسى والفُلَيْفِلة، التي اِلِفْنا الاشارة إليها على أنها خضار، هي في الحقيقة ثمار لنباتاتها.

ولأزهار النباتات نصيب كبير في مآكلنا. ومن هذه الأزهار الحَرْشَف (الأرضي شوكي أو الخرشوف) والقُنَّبيط وكذلك الورود التي تستخدمها بعض الأُسَر في صنع المربيات.

لقد تعودنا أن نرى سوق النباتات تنمو فوق الأرض. وهذه هي حقيقة الحال بالنسبة إلى معظم النباتات. غير أن سوق بعضها تنمو تحت الارض ويطلق عليها في هذه الحالة الدُرَيْنات أو العساقيل. والدُرَيْنات غذاء أساسي للانسان في بعض مناطق العالم ومن أشهرها البطاطة واليام وهو نوع من البطاطة يعتمد عليه سكان بعض اقطار افريقيا وامريكا اللاتينية في غذائهم.

وثَمَّةَ نباتاتٌ عديدة يتغذّى الانسان بأوراقها. ويختزن النبات في أوراقه الكثير من الفيتامينات والمعادن. لهذا يحسن الاستفادة قدر المستطاع من الأوراق وعدم إلقائها في سلة القاذورات حتى ولو لم تكن مستساغة الطعم احياناً. ومن أشهر النباتات التي يتغذى الانسان بأوراقها: الخسّ والسلق والملفوف والسبانخ. وهناك أيضاً البصل الذي تختزن أوراقه الخضراء كثيراً من المواد المغذية والمفيدة.

وأخيراً تعتبر جذور النباتات من أقدم مصادر أغذية الانسان، ويُعْتَقَد بأنها كانت غذاءه الرئيسي رَدْحاً من العصور القديمة. ومن أهم النباتات الجذرية للانسان: الفجل والجَزَر والشمندر (البنجر) واللفت.

غريبُ المفردات

مَزْهُوّاً	:	مفتَخِراً متكبّراً
تختَلِسُ النظرات	:	تنظر في غفلة من الآخرين
فَرْكاً	:	دَلْكاً
الرَوْنَـق	:	الصفَاء والحُسْن
الغَـضّ	:	الطريّ
اكفُفْنَ	:	توقَّفْنَ
تَوَلَّ عنهم	:	ابتَعِدْ وارجع
النَبأ	:	الخَبَر
نضراً	:	جميلَ اللون
الهُمَزَة اللُمَزَة	:	العَيَّاب الذي يَعِيبُ الناس بالقَوْل والإشارة
يَغْتابُهُ	:	يذكُرُه بما يكره
مُغاضِباً	:	ساخطاً غَضْبَان
القابعين	:	المختبئين
يُرْغي ويُزْبِد	:	يصيح غاضباً فيظهر الزَبَد على فمه
يَتَبَاهى	:	يَتفاخر
شأنه	:	أهميّته
لا تُصَعِّر خدَّك	:	لا تُمَيِّلْهُ وتنظر نظرةَ تَكَبُّر
لا تمش في الأرض مَرَحاً	:	لا تَتَبَخْتَرْ مُخْتالاً
مُخْـتـال	:	متكبّر
حِساء	:	طبيخٌ كثيرُ الماء (شوربة)
تَقاطَروا	:	جاؤوا متتابعين
الخصيب	:	الكثيرُ الخُضْرَة والخَيْر

ISBN 88-7674-051-1

